Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.

Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 20
Засорин А.Ю.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 20 с 7 по 11 сентября 2026 г.

Экспресс завтрак

7.09.2026.

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Суп картофельный с бобовыми	269,32	29-41	9	6	22	185
Хлеб пшеничный	50	8-28	2	-	11	51
Чай с сахаром	200	2-41	-	-	10	39
Итого:	**519,32**	**40-10**	11	6	43	275

8.09.2026.

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Солянка из птицы	262,49	33-55	6	7	5	202
Чай с сахаром	200	2-41	-	-	10	39
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51
Итого:	**487,49**	**40-10**	8	7	26	292

9.09.2026.

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Рассольник ленинградский	268,07	33-55	6	7	20	174
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51
Чай с сахаром	200	2-41	-	-	10	39
Итого:	**493,07**	**40-10**	8	7	41	264

10.09.2026.

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Щи из свежей капусты с картофелем	273,53	29-41	5	11	14	127
Хлеб пшеничный	50	8-28	2	-	11	51
Чай с сахаром	200	2-41	-	-	10	39
Итого:	**523,53**	**40-10**	7	11	35	217

11.09.2026.

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Суп - лапша домашняя	259,54	19-97	5	7	14	135
Хлеб пшеничный	50	8-28	2	-	11	51
Напиток их плодов шиповника	200	11-85	-	-	24	94
Итого:	**509,54**	**40-10**	7	7	49	280

Зав. производством:
Калькулятор:
Ответственный за питание:

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.

Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 20
Засорин А.Ю.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 20 с 7 по 11 сентября 2026 г.

Горячий завтрак для детей детей с фенилкетоурией

7.09.2026.

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Рис отварной со сливочным маслом	150	28-74	9	6	22	185
Огурец свежий	100	18-39	2	-	11	51
Яблоко	146	43-95				
Компот из ягод	200	16-62	-	-	10	39
Итого:	**596**	**107-70**	11	6	43	275

8.09.2026.

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Капуста тушеная	200	26-39	6	7	5	202
Кукуруза консервированная	78	58-10	-	-	10	39
Сок в ассортименте	200	23-21	2	-	11	51
Итого:	**478**	**107-70**	8	7	26	292

9.09.2026.

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Овощное рагу	200	24-12	6	7	20	174
Салат из свежих огурцов и томатов	124	34-75	2	-	11	51
Чай с сахаром	200	2-41	-	-	10	39
Сок в ассортименте	2/200	46-42	2	-	11	51
Итого:	**924**	**107-70**				

10.09.2026.

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Картофельное пюре	200	30-78	5	11	14	127
Соус красный овощной (на воде)	50	5-42	2	-	11	51
Томат свежий	126	31-67	2	-	11	51
Компот из ягод	200	16-62	-	-	10	39
Сок в ассортименте	200	23-21	2	-	11	51
Итого:	**776**	**107-70**	7	11	35	217

11.09.2026.

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Рис отварной с маслом сливочным	150	28-74	5	7	14	135
Огурец свежий	100	18-39	2	-	11	51
Яблоко	121	37-36	-	-	24	94
Сок в ассортименте	200	23-21				
Итого:	**571**	**107-70**	7	7	49	280

Зав. производством:
Калькулятор:
Ответственный за питание: